crónica de la MUJER



Buenos Aires, 6 de noviembre de 1979. Este suplemento, dedicado a la mujer, el hogar y el niño, corresponde a la edición Nº 5.407 de CRONICA y no puede ser vendido en forma separada. CRONICA DE LA MUJER aparece todos los martes.



MODA

La Consagración de los Tonos Audaces y Fuertes



BELLEZA

QUE HACER PARA LOGRAR EL BRONCEADO PERFECTO





MEDICINA

LOS RIESGOS DE LA OBESIDAD EN EL PERIODO DE EMBARAZO

MOLDES - CONSEJOS - COCINA - HOROSCOPO



"**Sí, me puedo imaginar como primera dama de los Estados Unidos**", respondió Joan Kennedy, ante el inminente anuncio de su esposo, Edward, como candidato a las elecciones presidenciales del próximo año.

Después de una borrascosa etapa privada, Joan ha decidido acompañar a Ted en toda la campaña demócrata. De ese modo abandona su voluntario "exilio" en Boston y se incorpora a la vida política de Washington con una inesperada declaración: "La Casa Blanca no me asusta. Siempre viví en el mundo político".

Joan, considerada por sus compatriotas como un ejemplo de recuperación y de empeño voluntarioso —enfrentó dignamente el escándalo público cuando se divulgaron las infidelidades de su marido y cuando se sometió al tratamiento de su propio alcoholismo— allana de ese modo el camino presidencial del menor de los Kennedy.

¿Por qué? La familia del actual senador, como se sabe, es de extracción católica y un divorcio sería perjudicial para la imagen del político frente al electorado.

Los profundos sinsabores, las continuas depresiones y el estado de soledad parecen haberse esfumado en la vida de Joan, quien dio vuelta la moneda y la otra cara le mostró alegría, seguridad en sí misma y una natural disposición al reencuentro con su marido.

Tanto es así que lo primero que hizo fue regresar al buen vestir y encargar un guardarropa completo a uno de los modistas más sobrios de Nueva York, de tipo "elegante, caro, sin brillo ni aparato". Joan, efectivamente, se apresta a ser "primera dama".



LA MUJER EN EL MUNDO

Como para demostrar que la elegancia juvenil no reconoce fronteras ideológicas cabe un ejemplo: las autoridades de la Unión Soviética acaban de firmar un contrato con una empresa internacional, que en su primer año de aplicación prevé la producción y comercialización de dos millones de "jeans" y otras prendas, del mundo "occidental, decadente y burgués".

Centenares de fotógrafos se dieron cita días atrás en el famoso Teatro Chino de Los Angeles. Este teatro es reconocido en todo el mundo por abrigar en su vereda las huellas más famosas de la historia del espectáculo. Allí se encuentran las pisadas de los monstruos sagrados del "Star-System".

Julie Andrews se sumó a la lista de famosos. Esta hermosa actriz británica obtuvo el reconocimiento del público norteamericano por la recordada película "Mary Poppins". En la foto se la puede ver cuando se dispone a colocar su firma en una de las baldosas junto a sus pisadas. Sus huellas son el símbolo de una trayectoria brillante en teatro, cine y televisión.





"El amor todo lo puede" suele ser una frase hecha en tantísimos casos. Pero no lo es en el de la señora Diana Fung.

La hermosa londinense que aparece en la foto, parada al lado de una "gordita" que no solo toma un helado sino que espera terminarlo para ingerir también el cucurucho, cambió rotundamente por fuerza del amor.

Parece que antes de casarse, Diana pesaba ciento veinticinco kilos. Sin ninguna duda: una obesa. Pero no una obesa contenta con su extraordinario volumen. De pronto, como sucede entre los humanos, se enamoró. Claro que de un señor apuesto y delgado.

¿Qué hacer? No había otra salida: adelgazar. Y lo hizo. Se internó en un conocido instituto dietético y comenzó su faena en pos de la belleza. Ahora pesa cincuenta y dos kilos, se casó con su Príncipe Azul y es muy feliz.

Pero falta algo más: ¿observaron detenidamente a la "gordita" que está a su lado? **Es ella, Diana,** aunque de cartón. Sí, de cartón recortado en base a una fotografía anterior de la ex obesa. Lo que puede el amor...



Esta espigada y pequeña mujer es la actriz Patti Lupone, que aquí aparece acompañada de Larry Fuller (coreógrafo), Bob Gunton, (actor), Hal Prince (director) y Andrew Lloyd Weber (autor).

Los semblantes satisfechos y sonrientes obedecen al éxito que han obtenido. En las dos primeras semanas de actuación en Nueva York recaudaron dos millones y medio de dólares.

Los actores Gunton y Lupone interpretan los personajes principales de la ópera rock "Evita", que ya obtuviera un resonante suceso en Londres y Los Angeles. Gunton, como el desaparecido ex presidente de la Argentina y Patti Lupone como su esposa, María Eva Duarte de Perón.

Yoriko Madoka es una señora japonesa que ha organizado un curso singular: cómo divorciarse con una sonrisa. Según ella sus compatriotas sonríen desde siempre por "obligación" tradicional. Yoriko pretende ahora que esa sonrisa se transforme en "leal y abierta".

No hay exagerada casualidad en los postulados de Yoriko por cuanto, como es sabido, el divorcio en el Japón deja a la mujer en neta desventaja legal y económica con respecto al marido.

Los resultados de la especial escuela han sido rápidos y los ejemplos, como los que siguen, cunden en el país oriental.

La cocinera Tosche Teraoka contó a un semanario que desde hacía años sufría las traiciones del marido, pero que a partir de la concurrencia a los cursos, éste la escuchaba quince minutos por la noche. Como las lecciones son alegres, con cierta dosis de humorismo, el esposo se entretenía muchísimo . . . Ocurrió el final feliz y la pareja vive ahora un nuevo enamoramiento.

Setsuko Yamascita, en cambio, pudo divorciarse después de varios años de intentarlo. ¿Cómo? No sonrió mecánicamente, sino con toda franqueza cuando anunció a su cónyuge su decisión de separarse.

Los hombres, mientras tanto, también recurren "a la sonrisa" para narrar, entre otras cosas, las situaciones de desamparo cuando sus mujeres los abandonan.

Que todo sea amablemente, sin karate de por medio . . .

Todos los "Secretos" del Bronceado Perfecto



El sol no regatea su influencia en nuestra geografía. Todo su esplendor seduce ilimitadamente y nadie escapa a la notable sensación de vitalidad que produce en los meses estivales.

La llegada del calor precisa una moderna compañía: la del **bronceado**. Y la tez pálida del invierno parte rauda, silenciosa, hacia la próxima temporada.

Un rostro, un cuerpo veraniego tienen su propia imagen. El sol tiene mucho que ver con ella, pero ¿se puede tomar indiscriminadamente?

Usted sabe, aunque tenga escasa información al respecto, que existen recaudos imprescindibles para lograr un buen bronceado.

De otro modo, si se atiene a sus deseos urgentes de adquirir buen color, puede provocar profundos inconvenientes en su piel: deshidratación, descamaciones, flaccidez, arrugas prematuras, ausencia de lozanía, entre otros problemas.

Los expertos de **Helena Rubinstein** proponen una serie de medidas precautorias para que tales afecciones no ocurran.

Aquí van, enumeradas y explicadas al detalle.

1 No alimente su "imperiosa" búsqueda del color. Sea prudente y tenga paciencia. Los especialistas recomiendan que el primer día solo se exponga de **diez a quince minutos**. ¡Nada más! Durante cinco días gradúe su permanencia en pocos minutos agregados: hay que saber esperar.

2 Emplee productos de calidad, realmente efectivos, hidratantes y humectantes de la piel. Ellos protegerán su cuerpo a través de filtros solares que impiden el resecamiento y colaboran en la adquisición de un tono parejo y perdurable.

3 También el pelo requiere cuidado. Como el resto de su físico recibe las "exageraciones" con muy mal talante. Cúbralos, no los deje al descubierto. Evitará así que la fibra capilar pierda brillo y docilidad.

4 ¡Cuidado con el agua! Si bien sus gratificaciones son palabras mayores, deben prevenirse algunos de sus efectos indirectos: el agua no filtra los rayos ultravioletas, por eso puede contribuir al "quemado" mientras usted está nadando. Lo mismo sucede con la arena, poderoso reflector de radiaciones.

5 Los ojos exigen una protección particular. Use anteojos para sol para evitar irritaciones debidas a los reflejos. Aplique en los párpados un protector (barra emoliente para párpados) que "frenará" líneas indiscretas.

La zona que rodea a los ojos es sumamente delicada y vulnerable, de manera que se debe impedir su posible deshidratación.

6 ¿Y los labios? Muchas veces son los grandes olvidados. Vale la pena utilizar un lápiz labial emoliente e hidratante. O si no, un brillo protector.

7 ¡Peligro! Sí: el hecho de exponer su cuerpo en horas "pico", es decir, cuando los rayos solares caen perpendicularmente. A partir de la media mañana debe extremar sus precauciones. Es preferible que tome dos horas de descanso a partir del mediodía.

8 Resulta muy agradable el agua salada, sin embargo es conveniente que se dé una ducha fresca después del baño de mar o de laguna o río, como usted lo prefiera.

9 Después de la ducha refrescante aplique en todo su cuerpo una emulsión humectante. Con eso recuperará el agua perdida en las células, además de sentirse reconfortada y contenta.

COMO LOGRAR PASO A PASO LA PERFECCION

Helena Rubinstein ha incorporado a su línea de productos de belleza una serie de elementos para conseguir un bronceado ideal.

Gel Bronceador: denominado Nude Bronze se trata, como lo indica su nombre, de un bronceador gelatinoso coloreado. Es insoluble al agua y brinda protección al rostro y al cuerpo. A prueba de agua —no se va con las zambullidas—, su fórmula contiene sustancias colorantes especiales que filtran los rayos solares y evitan las molestas quemaduras. Recomendable para todo tipo de piel, se aplica antes de exponerse al sol.

Emulsión para después del sol: intensifica y prolonga la acción del bronceador. Humecta e hidrata la piel, neutralizando los efectos secantes del sol y otorgando agua en profundidad a las células. Aplíquela cuando regrese de la playa sobre la piel completamente limpia. Sirve también para prolongar su bronceado una vez que se han terminado las vacaciones. ¿Su nombre? Nude Bronze Post Solar.

Emulsión exenta de grasitud: para las mujeres que no gustan de productos muy emolientes, Helena Rubinstein propone la emulsión bronceadora Bikini, fluida, suavizante e hidratante. Protege asimismo de quemaduras, enrojecimiento e irritaciones causadas por extensas exposiciones al sol.

Para imitar al bronceado solar: Tan-in-a-minute es una preparación que imita el bronceado del sol. Su color permanece inalterable mientras usted no la elimine por propia voluntad. No contiene aceites ni polvos en suspensión, por lo que no se corre y se confunde con el tono adquirido con el sol. Ideal para las piernas cuando se desea suprimir las medias...

¿Y ahora? El incentivo está dado. El color del verano se acerca.



Las frutillas constituyen una fiesta para la vista y el paladar. Ya sean solas, o formando parte de diversas preparaciones, enriquecen el menú y le dan un "broche de oro" a cualquier comida. Para los maridos, una "ensalada al coñac" es lo ideal para salir de la rutina y aventurarse en los placeres de la gastronomía. Si la acompaña con un vino blanco muy frío, muchísimo mejor.

Pelusa Molina

"GATEAU" CORAZON DE FRUTILLAS

INGREDIENTES (para 8 ó 10 porciones)

1 bizcochuelo de 6 huevos; 1 kg. de frutillas limpias; 2 cucharadas de maizena; 1 taza de azúcar molida; el jugo de 1 limón; 1 taza de almíbar con coñac; 400 gr. de crema chantilly.

PREPARACION:

Pisar la mitad de las frutillas con un tenedor y ponerlas en una cacerola. Agregarles la maizena, el jugo de limón y el azúcar. Cocinarlo a fuego moderado, revolviendo continuamente con cuchara de madera hasta que la mezcla se espese y se vuelva traslúcida. Retirar y dejar enfriar. Cortar en mitades las frutillas restantes y agregarlas a la preparación.

Cortar el bizcochuelo en dos capas y rociarlas con el almíbar. Rellenar con la crema de frutillas y armar el bizcochuelo nuevamente.

Decorar la superficie con la crema chantilly y si se desea con algunas frutillas enteras que se habrán reservado previamente. Mantener al frío hasta el momento de servir.



"BAVAROIS" DE FRUTILLAS

INGREDIENTES (para 4 ó 6 personas)

Merengue italiano hecho con 5 claras; ½ kg. de frutillas limpias; 3 cucharadas de azúcar molida; unas gotas de carmín vegetal; agua fría cantidad necesaria; 1 taza de agua caliente; 20 gr. de gelatina en polvo sin sabor.

PREPARACION:

Reservar diez frutillas enteras con sus hojitas, y pasar el resto por tamiz o licuadora junto con el azúcar.

Agregar al merengue frío el carmín vegetal (unas gotas) hasta obtener un suave rosado. Añadirle las frutillas y la gelatina remojada en agua fría y disuelta en el agua caliente. Mezclar todo muy bien. Volcar la preparación en una budinera o molde fantasía bien limpio. Llevar el molde a la heladera hasta que la crema tome consistencia bien firme. Desmoldar pasando el molde rápidamente por agua caliente. Decorar con las frutillas enteras reservadas. Mantener al frío hasta el momento de servir.

***Nota:**

El merengue italiano se hace batiendo a punto de nieve bien firme las cinco claras, agregándole 250 gr. de azúcar en almíbar a punto de bolita sostenida. Batir hasta enfriar.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

ENSALADA AL COÑAC

INGREDIENTES (para 4 personas)

200 gr. de champiñones frescos; 2 yemas de huevo duro; 1 limón; 1 planta de lechuga; 2 cucharadas de coñac; 4 cucharadas de crema de leche; 1 cucharadita de salsa inglesa; 1 cucharadita de mostaza preparada; una pizca de pimentón; ½ vaso de aceite; sal, pimienta.

PREPARACION

Limpiar y cortar en tajadas finas verticalmente los champiñones y darles un pequeño hervor en agua y sal. Escurrir bien.

En un tazón desmenuzar muy bien las yemas con un tenedor y mezclarlas con la mostaza, un poco de sal, pimienta, pimentón e ir agregando el aceite de a poco como si se hiciera una mayonesa, alternando de tanto en tanto con unas gotas de jugo de limón. Completar con la salsa inglesa, el coñac y la crema de leche.

Forrar cuatro copas para pomelo o mariscos, con hojas de lechuga y distribuir encima los champiñones cubriendo con la salsa. Decorar con algunos champiñones por encima. Servir bien fría.

Vino indicado: Blanco, tipo Sautern.



Un Matrimonio que Puede Compartir el Oficio y las Tareas de la Casa

Además de compartir una común vocación y un oficio, Carlos Estrada y Erica Wallner disfrutan, a dúo, de los placeres de la cocina y la buena mesa.

Para ello, dicen, dedican el escaso tiempo que les permiten sus ocupaciones, a realizar las compras y preparar algunos sencillos pero exquisitos platos, de los que hoy entregan una receta bastante original.

Los compromisos en teatro de Erica (actúa en la obra "Mujeres") y de Carlos ("Capítulo Segundo") a lo que se suma estudiar ofertas para el verano y planificar las vacaciones de los chicos, no les impide recibir a esta sección con envidiable buen humor y manifiesta buena voluntad. Y ahora sí, a guardar la receta para ponerla en práctica en la primera ocasión...

ARROZ AL TUCU-TUCU

Ingredientes (para cuatro personas)
2 tazas de arroz - ½ kg. de porotos negros - 100 gr. de tocino o panceta - 150 gr. de huesitos de cerdo - 3 dientes de ajo - 1 cebolla - aceite - sal.

Preparación

Colocar una cucharada de aceite en un recipiente y calentar a fuego moderado. Agregarle las dos tazas de arroz y tres de agua. Salar y dejar hervir a fuego mínimo. Cuando se consume el agua, el arroz está a punto.

Los porotos hay que dejarlos por lo menos tres o cuatro horas en remojo. Luego se los cuece, junto con la panceta (o el tocino) y los huesitos de cerdo. Mientras tanto, se fríen en una sartén los dientes de ajo y la cebolla, picados bien finitos. Se sacan los porotos y se escurren. Luego se les agrega el ajo y la cebolla que han sido fritados. Se licua todo hasta que queda hecho una pasta. Se vierte el arroz en un molde humedecido, se coloca la pasta de porotos encima y se sirve caliente.









Danzaterapia:

Cómo Descubrirse a sí Mismo y a los Demás

MARIA FUX, LA DANZA COMO EXPRESION DEL AMOR

Creadora de un método "para las edades", al que puede integrarse gente con problemas físicos o síquicos, María Fux se ha convertido en el transcurso de treinta años en un hito fundamental de la danza contemporánea en nuestro país y en el mundo. María explica a través de la nota qué es la danzaterapia.

—No hablo de príncipes encantados ni de hadas. Bailo mi realidad cotidiana, la que me pertenece. El vínculo es el centro de la búsqueda humana: el amor, por el que todo se transforma y cobra nueva dimensión.

Los principios de **María Fux** no son "adquiridos". Forman parte íntima e indisoluble de una actitud de vida generosa, plena, cuya vía de drenaje y de explosión, sin límites convencionales, es la **danza.**

—La danza está en el hombre, en cualquier hombre de la calle y es necesario desenterrarla y compartirla.

Claro, esto que parece una consideración bondadosa de parte de una artista de excepción, tiene sin embargo su correspondencia con la verdad de todos los días, ejercida por renovados grupos de personas —de ambos sexos y con edades que van desde los 3 hasta más allá de los 60— quienes se expresan a través de la danza.

En el reducto, que María tiene en **Callao 289**, chicas, muchachos, niños y adultos hacen de la danza un modo de encontrarse consigo mismo, con sus pequeñas y grandes virtudes, con sus defectos y arbitrariedades, con su **yo** profundo. Todos danzan, todos se manifiestan y sienten a su manera. Es lo que María Fux ha llamado **danzaterapia**, un camino abierto hacia la comunicación de unos con otros, como una manera de liberar conflictos, sentirse en plenitud, suavizar tensiones, y lo que es tal vez más importante: **gozar** de las posibilidades del cuerpo.

Esto que para algunos podría significar un "exceso" interpretativo, algo así como la "intelectualización" del movimiento natural del ser humano, es —precisamente— todo lo contrario: el "yo me encuentro con vos" o el "vos te encontrás conmigo" son las frases básicas para danzar sin reglas establecidas.

—¿Cómo surge la idea de la danza como una forma de terapia?

—Hace dieciocho años, comenta María, el encuentro con una muchacha sorda generó en mí la necesidad de acercarme a su mundo de silencio. Me pregunté acerca de las probabilidades de que su cuerpo expresara lo que no podía hacer mediante la palabra.

—Su punto de partida respecto de la danza no es el conocido por la generalidad. La referencia indica que para el método tradicional, la danza tiene una edad medianamente determinada de antemano. Es decir, no se puede empezar "tarde"... ¿Usted plantea que todos pueden danzar en cualquier período de la vida y sin la necesidad de una técnica previa?

—Como punto de partida le diré que todo puede ser danzado y comprendido sin límites de edad, pues el cuerpo siempre ha tenido necesidad de comunicarse a través del movimiento.



—¿Las mamás suelen preguntar sobre el método empleado? Muchas sueñan con el "Lago de los cisnes"... ¿o no?

—¿Cuando vienen con niñas de hasta 12 años preguntan qué tipo de danza enseño. Mi respuesta gira alrededor de este concepto: los chicos saben caminar, correr saltar y jugar y yo les serviré de puente para que comiencen a expresarse por medio de su cuerpo en relación con la música.

—¿Cómo es el método?

—La danza se motiva con "palabras madre". Por ejemplo: "las manos", "viajo", "la calle", "un globo", etcétera. Depende de las circunstancias y del grupo con el que se está trabajando.

"USTEDES SOY YO, YO SOY USTEDES"

No es una incongruencia. **María Fux ha iniciado su clase matinal.** Son difusas las diferencias entre los integrantes del conjunto de danzantes. Mallas negras, rojas, verdes se confunden en la totalidad.

Los pocos espectadores —cronista, fotógrafo, una jovencita trazando con carbón ciertos movimientos sugerentes— no saben que la clase dura una hora.

Recién lo advierten cuando termina y preguntan cuánto tiempo ha transcurrido: buen signo. Se han esfumado los minutos, la clase ha "prendido" en el ánimo.

María Fux se ha encargado de que todos y cada uno penetre en un mundo de expresión: "ustedes soy yo, yo soy ustedes", dijo al comenzar y nadie atinó a suspender la frase para negarla. Porque estaba escrita en cada movimiento, en cada silencio: ninguno "copiaba" los deslizamientos físicos de la Fux. Nacían naturalmente, con la simple espontaneidad de la convicción.

Todos se olvidaban de sí mismos y se recuperaban a su vez mediante el reconocimiento del quehacer de su cuerpo. Así, la gente fue girando las "las palabras madre" y éstas fueron sucesivamente: "somos románticos", "cómo te necesito", "caída y recuperación". La exploración se extiende: "cada uno tiene sus límites, pero esos límites son, fundamentalmente, posibilidades", sintetiza María mientras cada uno improvisa.

Es fascinante observar los rostros mientras los cuerpos danzan. El gozo, la búsqueda, los intentos por descifrar los enigmas que conmueven a hombres, mujeres y chicos.

Se ha logrado, además, borrar las diferencias: nadie puede determinar desde afuera quién oye o quién es sordo.

—Mi experiencia, mi ubicación y mi búsqueda de los estímulos audibles y no audibles para la movilización, me dicen que los niños sordos absorben una posibilidad rítmica producida por esa música que no escuchan, comenta la Fux.

Los temas, como la vida cotidiana, se suceden sin agotarse. Como esa vida personal de **María Fux** que se prepara para rialogar en un espectáculo personal con la mitológica Isadora, la bailarina que a través de su biografía impulsó la trayectoria de quien hoy no es solo una "artista", sino también el enlace sencillo y vital para que todos compartan la danza.



1



4



3

Vestidos, Remeras,
Casacas... en Todo:

LA COMEZON DEL "RAYE"

1 En colorado y en naranja, las franjas de esta remera con hombreras. Acompaña un pantalón liso, con delicadas pinzas.

2 En esta oportunidad las rayas de la remera son azules y verdes. Un pantalón azul, tipo malla, acompaña a la larga remera.

3 Remera blanca con rayas finitas en variedad de colores. Se lucen las hombreras... ¿El pantalón? Colorado y con pinzas.

4 Se vienen las soleras... Esta es rayada, en rosa y en blanco. El conjunto se completa con un blazer que juega con hombreras.



2

DIRECCIONES
"Inés Ricur" (Malabia 1057).
"Beatriz Seco" (Warnes 87).
Zapatos: "Mc Shoes"



1





4

2

La Belleza de un Arco Iris, a la Luz del Sol

1 Tery luce un conjunto de raso en color bordó, con blusita antigua de satén de breteles finitos, adornada con una pequeña y delicada puntilla. El pantalón tiene un ribete amarillo al costado y el saco está matelasseado. (L.C.C)

2 En esta ocasión Tery muestra una remera negra de algodón, con dibujos en brillantitos plateados, y un elegante pantalón de chintz en tono fucsia, elastizado en la cintura, muy ajustado al cuerpo y angosto abajo. (Hendy).

3 Para Teresa, esta graciosa remera de algodón muy entallada y de breteles finitos, a la que acompaña un pantalón de seda en violeta claro, elastizado en la cintura y bien "bombilla" (Hendy).

4 Se eligió para Tery una remera bien ajustada de algodón negro y lisa, complementando al pantalón, también de algodón, en un tono violeta con estampado de lunares negros. Al cuello, chalina de seda negra. (Hendy).

5 Un pantalón de chintz en brillante y atractivo color amarillo, es lo elegido por Teresa, para hacer juego con esta deliciosa remera en tono violeta, lisa, que luce unos delicados brillantitos en el hombro. (Zepelín).

6 Elegante y muy sexy, este jardinero de chintz negro que luce Teresa se adecua perfectamente para acompañarlo con una remera de algodón en azul oscuro. El sombrerito playero es un toque simpatiquísimo. (Zepelín).



3

5

6

Hendy: Rodriguez Peña 1212 - L.C.L.: Vidal 1878; 3º B.
Zepelín: Ayacuyo 1057 - Anteojos Spektra: Viamonte 680

Delicado y Coqueto Conjunto de
POLLERA Y SOLERO CON BRETELES





SOLERO Y POLLERA DE VERANO

Talle 36. Contorno de pecho 86 cm.

Material para el solero: 4 madejas de fibra de algodón en color blanco, 2 madejas en color rosa. Aguja Nº 3½; aguja de crochet Nº 3.

Punto empleado: Punto jersey, 1 punto derecho, y 1 punto revés, así sucesivamente.

Muestra: Tensión: 4½, 19 puntos y 29 vueltas. Asegúrese que la tensión sea la correcta (10 cm.).

Instrucciones
1) Espalda del solero.

Usando la aguja Nº 3½, colocar 78 puntos, (fibra color blanco). Tejer el borde (12 cm), 1 punto derecho, 1 punto revés. La 1ª hilera debe ser tejida del revés.

Terminados los 12 cm, cambiar por aguja Nº 4½, hasta que la pieza mida 34 cm. Con aguja Nº 4, teja 4 hileras con dos madejas de color rosa (deje primero un margen para realizar la costura). Trabaje luego 2 hileras en fibra blanca y 1 hilera en fibra rosa. Cerrar todos los puntos en color rosa.

2) Delantera del solero.

Coloque 78 puntos, usando aguja Nº 3½ y siga los mismos pasos que detallamos para la espalda.

3) 2 tiradores para los hombros.

Usando fibra de color rosa y aguja Nº 4, coloque 124 puntos. Teja tres hileras al derecho. Haga un ojal en la terminación de la segunda hilera. Teja tres puntos, pase una lazada y luego 2 puntos juntos (para el ojal).

Armado: Cosa los costados del solero (delantera y trasera). Con la aguja de crochet Nº 3, realice en punto crochet todo el largo de la hilera terminal en color rosado. Hilvane los hombros y luego pruebe si está a su medida. Cosa los bordes del frente y coloque un botón en el ojal para sostener los tiradores. Colocar elástico alrededor del busto.

Material para la pollera: 8 madejas de fibra de algodón blanca y dos madejas de fibra en color rosa. Aguja Nº 3½ y agujas circulares Nº 4 y 4½.

Tensión: 4½, 19 puntos y 27 vueltas. (10 cm).

Instrucciones
(Largo de la pollera: 74 cm).

Se trabaja en forma circular, desde arriba hacia abajo. Usando la aguja Nº 3½, colocar 164 puntos, en fibra de color blanca. Teja un punto derecho, 1 punto revés por 2½ cm. tanto la parte trasera como la delantera. La 1ª hilera debe ser tejida del revés. Cambie por las agujas circulares Nº 4½. Cuando la pieza mida 15 cm, aumente 1 punto cada 4 puntos hasta finalizar la hilera. Cuando la pieza mida 24 cm, teja 4 hileras de fibra rosa, con las agujas circulares Nº 4. Cambie por las agujas Nº 4½ y teja en color blanco pero aumentando 1 punto cada 5 puntos en la 2ª hilera. Cuando la pieza mida 40 cm, trabaje 4 hileras en color rosa y con agujas circulares Nº 4.

Cambie luego a las agujas circulares Nº 4½ y en color blanco, aumente 1 punto cada 6 puntos en la 2ª vuelta. Cuando la pieza mida 56 cm, teja 4 hileras en color rosa y con agujas circulares Nº 4. Cambie a las agujas Nº 4½ y siga tejiendo en color blanco, aumentando 1 punto cada 7 puntos en la segunda vuelta.

Cuando la pieza mida 72 cm, trabaje 4 hileras en color rosa y con las agujas circulares Nº 4. Cambie por las agujas Nº 4½ y en color blanco y teja 1 hilera alderecho y una al revés. Cambie a color rosa y teja una hilera al derecho. Cierre los puntos en la siguiente vuelta pero no demasiado apretado. Usando aguja de crochet en color rosa, realice en punto crochet simple todo el largo de la vuelta terminal. Colocar elástico alrededor de la cintura.

ANTICIPOS ★ PRIMAVERA ★ NOVEDADES ★ VERANO ★ ANTICIPOS ★ PRIMAVERA ★ NOVEDADES

[1] La famosa modelo norteamericana Jerry Hall muestra, en un reciente desfile realizado en París, una minifalda con su chaqueta corta, confeccionada en tela rústica.

[2] **Un vestido corto a rayas horizontales, con neta reminiscencia de la moda de los años '30, muestra aquí esta inquietante modelo: corresponde a la presentación de diseños de Michel Gomá.**

[3] La colección de Terry Müller presentó este vestido de tules con aplicaciones en satén, y otro en tela de leopardo; el primero con tajos amplios a los costados. El de leopardo, cerrado al cuello, muy entallado, y con una pierna al desnudo.


1




2


3

La Moda Del Niño

Los Juegos y la Elegancia Marchan Raudamente, "Sobre Ruedas"


1


2

1

Ahora han cambiado los "roles". Hernán se ha "montado" al triciclo y mira expectante con un pantalón de jean al que se ha incorporado bolsillos con cierres. La remera, al estilo de las que usan los jugadores de rugby. Sebastián luce un pantalón con motivos en los recortes y una remera blanca con rayas azules y coloradas, además de un cierre en la carterita.

Dirección:
"Pueyrredón-Bebé" (Pueyrredón 224)
Calzado
"Flecha" y "Pampero infantil"

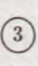

4

2

Rostro con picardía, no hay duda. Es el de Sebastián, ahora muy "en pose". Exhibe un bermuda de jean con trabas y simpáticos botoncitos. La remera colorada tiene finos ribetes en azul y blanco.


3

Hernán, que no ha olvidado su gorro para un día soleado, se dispone a corretear con la patineta. Se ha vestido con un pantalón de jean azul que lleva en el clásico bolsillo, un escudo de Superman. Sebastián "detrás" de la visera y en triciclo, tiene un jardinero de jean tipo carpintero, muy ancho. Su remera es blanca con cuellito y carterita adelante.


3

4

"¡Miren qué equilibrio!" parece decir Hernán, ya habilísimo con la patineta. El bermuda que muestra es de jean con pespuntes amarillos. La remera, con fondo amarillo, lleva rayitas de todos colores.

EL CUENTO ELEGIDO PARA USTED

EL INCENDIO TERRESTRE

EL último impulso de fe que había inflamado al mundo no había podido salvarlo. En vano se erigieron nuevos profetas. Los misterios de la voluntad habían sido forzados inútilmente; pues ya no importaba dirigirla, lo que parecía decrecer era su cantidad. La energía de todos los seres vivos declinaba, se había concentrado en un esfuerzo supremo hacia una religión futura, y el esfuerzo no había tenido éxito. Cada uno se escudaba en un egoísmo muy dulce. Todas las pasiones eran toleradas. La Tierra estaba como en una cálida y súbita calma. En ella los vicios crecían con la inconciencia de las plantas venenosas. La inmortalidad convertida en la ley misma de las cosas, con el dios Azar de la Vida; la ciencia oscurecida por la superstición mística; la tartufería del corazón para la cual los sentidos servían de tentáculos; las estaciones, en otros tiempos delimitadas, ahora mezcladas en una serie de días lluviosos que incubaban la tormenta; nada preciso, no tradicional, sino una confusión de antiguallas, y el reino de lo vago.

Fue entonces cuando, en una noche eléctrica, la señal de devastación pareció caer del cielo. Una desconocida tempestad sopló de lo alto, engendrada por la corrupción de la Tierra. Las frialdades y los calores, los claros de sol y las nieves, las lluvias y los rayos confundidos, habían hecho nacer fuerzas destructivas que estallaron repentinamente.

Porque una extraordinaria caída de aerolitos se hizo visible y la noche fue surcada por trazos fulgurantes; las estrellas llamearon como antorchas, y las nubes fueron mensajeras de fuegos y la Luna un brasero rojo vomitando proyectiles multicolores. Todas las cosas fueron penetradas por una luz mortecina, que iluminó los últimos reductos, y cuyo deslumbramiento, aunque tamizado, originó un prodigioso dolor. Luego la noche, momentáneamente abierta, se cerró. De todos los volcanes surgieron columnas de ceniza hacia el cielo, semejantes a volutas de basalto negro, pilares de un mundo supraterrestre. Hubo una lluvia de polvo oscuro en sentido inverso, y una nube emanada de la Tierra, y que cubrió la Tierra.

Así transcurrió la noche y la aurora fue invisible. Una mancha de un rojo oscuro, gigantesca, recorrió la ceniza del cielo de Este a Oeste. La atmósfera se volvió ardiente y el aire se tachonó de puntos negros que se fijaban en todas partes.

Las multitudes estaban prosternadas en el suelo, sin saber a dónde huir. Las campanas de las iglesias, conventos y monasterios tañían de manera incierta, como golpeadas por badajos sobrenaturales. Por momentos, había detonaciones en los fuertes, donde las piezas tiraban saquetes, para tratar de despejar el aire. Luego, cuando el globo rojo tocaba el Occidente, y había transcurrido un día, se instaló un silencio general. Ya nadie tenía fuerzas para el ruego o la súplica.

Y al franquear el horizonte negro la masa incandescente, todo el oeste del cielo se inflamó, y un mantel de fuego retrocedió por la vieja ruta del Sol.

Hubo una huida ante el incendio celeste y terrestre. Dos pobres cuerpitos se deslizaron a lo largo de una ventana baja y corrieron locamente. A pesar de las máculas del aire corrupto, ella era muy rubia, de ojos límpidos; él tenía la piel dorada con una transparente cortina de bucles, donde los singulares resplandores paseaban rayos violetas. Ni uno ni otro sabían nada; apenas salían de los confines de la infancia y, siendo vecinos, sentían un afecto de hermanos.

Así, tomados de la mano, atravesaron las calles negras, donde los techos y chimeneas parecían frotados por una luz siniestra, entre los hombres extendidos y los caballos que yacían palpitantes; luego las murallas exteriores, los suburbios despoblados, yendo hacia el Este, al revés de la llama.

Fueron detenidos por un río que súbitamente les cortó el paso, y cuyas aguas se deslizaban con rapidez.

Pero había una barcaza en la orilla: la empujaron y se arrojaron en ella, dejando que la llevara la corriente.

La barcaza fue asida en la quilla por el oleaje, en las paredes por el huracán, y partió como la piedra lanzada por una honda. Era una barcaza de pescador muy vieja, bruñida y pulida por el frotamiento, cuyos toletes estaban gastados a fuerza de remar y cuyas regalas estaban relucientes por el paso de las redes, como la herramienta primitiva y honesta de la civilización que perecía.

Se acostaron en el fondo, siempre tomados de la mano, y temblando ante lo desconocido.

Y la rápida barcaza los llevó hacia un mar misterioso, huyendo bajo la caliente tempestad que se arremolinaba.

Se despertaron en un océano muy desolado. Su barcaza estaba rodeada por montones de algas pálidas donde la espuma había dejado su baba seca y en la que se pudrían animales irisados y estrellas de mar rosadas. Las olitas llevaban los vientres blancos de los peces muertos.

La mitad del cielo estaba velada por la extensión del fuego que avanzaba sensiblemente, mordiendo la franja cenicienta de la otra mitad.

Les parecía que el mar estaba muerto, como el resto, y que su aliento estaba apestado, y en su traslucidez era recorrido por venas de un azul y un verde profundo. No obstante la barcaza se deslizaba en su superficie con un movimiento que no aminoraba.

El horizonte oriental tenía resplandores azulados. Ella hundió su mano en el agua y la retiró inmediatamente: las olas ya estaban calientes. Acaso una espantosa ebullición haría temblar el océano.

En el Sur veían cimas de nubes blancas con copetes rosados, y no sabían si se trataba de un vapor ígneo.

El silencio general y la llama creciente los dejaban estupefactos: preferían el gran grito que los había acompañado, como el eco de un estertor totalizado en el viento.

La extremidad del mar, donde la cúpula de ceniza iba a hundirse, semioscura aún, estaba abierta por un corte claro. Un semicírculo de lívido azul parecía prometer, allí, la entrada de un nuevo mundo.

—¡Ah! ¡Mira!, dijo ella.

El leve vaho que flotaba tras ellos sobre el océano acababa de iluminarse como el mismo resplandor que el cielo, pálido y tembloroso: el mar ardía.

¿Por qué esa destrucción universal? Sus cabezas, que martillaban interiormente en el aire recalentado, estaban llenas de esa pregunta multiplicada. No sabían. Eran inconscientes de las faltas. La vida los oprimía; repentinamente vivían más rápido. La adolescencia los sobrecogió en medio del incendio del mundo.

Y, en esa vieja barcaza, en ese primer instrumento de la vida inferior, ellos eran un Adán tan joven y una Eva tan pequeña, únicos sobrevivientes del Infierno terrestre.

El cielo era una bóveda en llamas. En el horizonte no había más que un solo punto azul extremo, sobre el cual iba a cerrarse el párpado de fuego. Un mar retumbante ya los alcanzaba.

Ella se irguió y se desvistió. Desnudos, sus miembros pulidos y delgados eran iluminados por el resplandor universal. Se tomaron de las manos y se besaron.

—Amémonos, dijo ella.

Marcel Schwob

LA GUIA DEL MINITURISMO



OBSERVATORIOS

Amigos de la Astronomía

En Patricias Argentinas 550, Parque Centenario. La entrada es gratuita pero hay que solicitar reserva de ubicación. Observaciones con asesoramiento de especialistas.

Planetario

En el Parque Tres de Febrero, Palermo. Espectáculos audiovisuales y exposiciones. No se permite el ingreso de menores de 5 años.

MINIGOLF

La mayoría de las pistas se ubican en la zona norte del Gran Buenos Aires. El alquiler de los palos y la cancha es de un precio módico.

PARQUE AVELLANEDA

Juegos infantiles y para adultos, en este parque ubicado en Directorio y Lacarra. Lugares para acampar; frondosas arboledas y quioscos de bebidas y golosinas. Alquiler de caballos y petisos. Una pequeña locomotora a vapor, que lleva seis vagones descubiertos con asientos de madera, recorre el interior del parque. (Total: seis hectáreas).

FERIAS ARTESANALES

Defensa y Humberto 1º

Antigüedades, posters, discos, artesanías en plata, cerámica y tela. Venta de libros y revistas usados. Curiosidades.

Junín 1700 (Recoleta)

Artesanías en cuero, tela, cerámica y metales.

Barrancas de Belgrano

Túnicas, zuecos, sandalias y artesanías en metal y cerámica. Collares, colgantes, cadenas, pulseras.

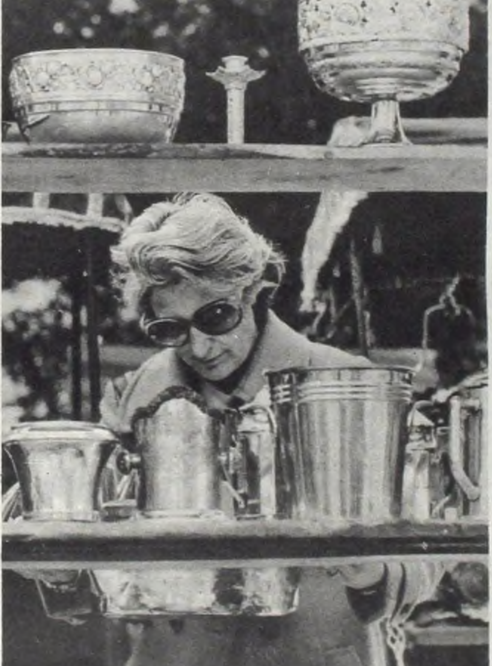
Plaza Italia

Compra, venta y canje de libros y revistas usados. Textos de estudios, primarios, secundarios y universitarios.

CALESITAS

Parque Lezama

Defensa, entre Finochietto y Martín García.



Parque Avellaneda

Lacarra y Directorio.

Barrancas de Belgrano

Frente a la estación Belgrano "C".

Devoto

En la intersección de las avenidas General Paz y Beiró.

Colegiales

En el cruce de la avenida Federico Lacroze con las vías del Ferrocarril General Mitre.

ZOOLOGICO

Avenidas Las Heras y Sarmiento, Palermo. Con más de 17.000 especies (mamíferos, ofidios y pájaros). La entrada es gratuita.

EXCURSIONES

Ciudad de los Niños

Camino General Belgrano (a La Plata) en la localidad de Gonnet. Réplica de una ciudad a escala de los niños. Juegos y paseos.

Delta

Embarcadero junto a la estación Tigre del Ferrocarril General Mitre. Excursiones a islas y recreos.



La Salud de la Madre y el Niño





La Obesidad en el Embarazo

Problemas, Riesgos y Consecuencias

"Comé, que ahora son dos..." es una frase muy común que pretende ser de estímulo para la embarazada. El doctor Roberto Griessi advierte sobre problemas y riesgos de la obesidad en el período de gestación y los eventuales perjuicios tanto para la madre como para el bebé.

—¿Cuántos kilos aumenta normalmente una mujer durante el embarazo?

—Hay que desterrar el concepto casero que dice "la embarazada debe alimentarse por dos". En nuestro país, por razones de idiosincrasia familiar, este criterio puede tornarse muy peligroso. Piense usted lo que puede resultar si una madre obesa aconseja a su hija embarazada con tendencia a la obesidad. Puede forjar una situación en la que las dos terminan por convencerse e incluso alimentarse por dos...

Una embarazada normal puede aumentar un kilo y medio en los tres primeros meses y después un kilo y medio por mes. Y con esto, créame, tiene harto suficiente.

—Doctor Griessi: El exceso de peso —es decir, la gordura— durante el embarazo, ¿de qué modo puede gravitar en el parto? ¿En perjuicio de la madre? ¿En perjuicio del bebé? ¿Puede haber consecuencias ulteriores para la mujer, tanto desde el punto de vista de la estética del cuerpo como de malestares físicos de distinta índole?

—Una embarazada que engorda puede aumentar todo en su organismo: el niño, el útero, la placenta... Menos el canal por donde pasará su hijo, porque éste se mantiene rígido. Surge claro, entonces, que un niño con un peso mayor del normal, para traspasar ese canal —si es que lo logra— deberá comprimir su cabecita en la medida necesaria.

Y esto nos explica un sufrimiento fetal, hematomas, ciertas evidencias de retardo intelectual en algunos casos, además de traumatismos, como fractura de clavícula, entre otros.

Se fabrican gigantes de pie de barro; es decir, corpulentos que, por diversos grados de sufrimiento, se tornan frágiles.

Debe imperar el concepto —ninguna mujer embarazada tiene que olvidarlo— de que lo ideal es **la maduración del niño dentro del vientre, pero el crecimiento afuera.**

No solo para el bebé son los inconvenientes sino también para la madre, tanto durante el embarazo —ya que hay mayor porcentaje de abortos, partos prematuros, cuadros de hipertensión arterial— como después del parto por las secuelas estéticas y sicológicas que deja.

La mujer, al ver su vientre péndulo, fláccido, con estrías, comienza con estados depresivos nerviosos, cuando todo, en ese momento, tendría que ser alegría.

A estas manifestaciones se agregan otras, como várices, mala digestión, soñolencia, que si bien no son patrimonio exclusivo de la obesidad, ésta las agrava.

La embarazada debe recordar que lo engordado durante el embarazo es muy difícil luego de perder.

—Hay mujeres que no aumentan de peso en forma excesiva, pero la "panza" es, de todos modos, enorme. ¿A qué se debe doctor Griessi ese resultado?

—Hay un peso del bebé que ya viene escrito. Es decir, es hereditario. Si la embarazada no aumenta de peso, y si es normal —porque si es diabética va a tener un chico grande— además de suponer que solo tenga un bebé, hay que investigar un poco la parte hereditaria. Puede haber padres y abuelos robustos.

Si esa mujer sube bastante de peso puede aumentarle un kilo más al chico. Generalmente son muy raros los casos en los que la mujer no aumenta de peso y tiene un chico demasiado grande para que pueda pasar a través del canal.

Lógicamente, una mujer menudita con cadera muy estrecha y aun sin aumentar mucho de peso, tiene mayor riesgo de tener el chico por la vía alta, por cesárea. El médico lo puede determinar antes del parto.

—¿De qué depende el peso del bebé en gestación? ¿Hay una relación directa con el peso de la embarazada?

—El peso del niño, como ya anticipé, tiene relación con factores hereditarios. Lo lleva escrito en el vientre de su madre. Pero el **aumento** de peso está en directa relación con el peso ganado por la madre.

Para un chico de tres kilos y medio se requiere haber aumentado como **máximo** nueve kilos. Lo que supera esta medida ya es obesidad, que para el niño será el castigo por los excesos de la madre.

—¿Es aconsejable aumentar la alimentación de la embarazada durante el proceso de gestación o debe ser un régimen corriente y normal?

—Recién en los últimos seis meses es necesario un suplemento de 200 calorías por día. Ahora bien: 200 calorías es lo que representa una taza de leche, o dos rebanadas de queso, o dos huevos, o setenta gramos de jamón crudo. Como podrá apreciar, el tan mentado aumento importante de aporte alimentario, **no es real.** No debe olvidarse que a medida que progresa el embarazo es menor la actividad que se despliega, y por lo tanto menor la necesidad de calorías.

La alimentación de una embarazada no debe cambiar tanto con respecto a lo que ella hacía antes.

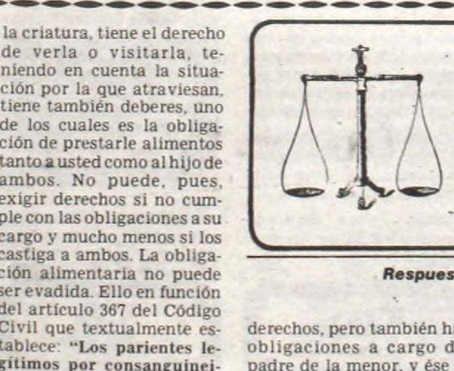
Es importante la faceta proteica. La dieta de cualquier persona, y la de una embarazada, debe tener un 50% de proteínas.

Las proteínas las podemos encontrar en la carne y en los derivados lácteos, como además en el huevo. También en una proteína vegetal de primera calidad: la soja.

—¿Existen pretextos inconscientes en la embarazada que la llevan a elevar el peso normal durante la gestación?

—Muchas mujeres que se someten a un tratamiento de obesidad están esperando inconscientemente el hecho que justifique el abandono del régimen. Una mujer que lucha constantemente entre su tendencia y su conciencia por mantener el peso, con el embarazo puede llegar a "solucionar" el problema, pues su gordura queda "justificada" ante los ojos del mundo.

Después del parto vendrán las lamentaciones, y es frecuente encontrar que la obesidad adquirida durante el embarazo se vuelve el justificativo de toda su vida. La clásica frase: "Si no hubiera sido por el embarazo, yo no hubiera engordado...". Y ya con este concepto queda "en paz" con su conciencia de por vida. Es decir, quedó así pero no por "culpa" de ella. Que quede claro: el embarazo **no tiene nada que ver** con la obesidad adquirida.



CONSULTORIO JURIDICO

Doctora María Beatriz Torres de Velázquez

Una mujer, separada de su marido, porque tanto ella como su pequeño hijo eran objeto de continuas agresiones físicas, demanda asesoramiento sobre los derechos que le asisten sobre tenencia del niño y régimen de visitas del padre.

Respuesta gratuita a su problema escribiendo a: Consultorio Jurídico CRONICA, Azopardo y Garay, 1063 - Buenos Aires

Hace un año que me casé; durante todo ese lapso, solamente he vivido con mi marido tres meses, ya que no solo nos golpeaba a nuestro pequeño hijito y a mí, sino que no aportaba dinero para mantenernos, razón por la cual debieron mis padres afrontar la situación económica apremiante por la que atravesábamos. ¿Tiene derecho mi marido a llevarse al nene dos veces por semana, teniendo en cuenta su conducta? He hecho denuncias en la comisaría en razón de sus malos tratos, pero no ha concurrido a ninguna citación, sin embargo reclama a la criatura y dice que yo no puedo negársela. ¿Puede ser que él tenga tal derecho siendo el mal padre que es? Le aclaro que el niño tiene un año y medio. Nancy V. de San Justo.

Lamentablemente su problema se plantea diariamente, pero no es insoluble. Como primera medida, le aconsejo que hable con su marido y le recuerde que si bien él, como padre de la criatura, tiene el derecho de verla o visitarla, teniendo en cuenta la situación por la que atraviesan, tiene también deberes, uno de los cuales es la obligación de prestarle alimentos tanto a usted como al hijo de ambos. No puede, pues, exigir derechos si no cumple con las obligaciones a su cargo y mucho menos si los castiga a ambos. La obligación alimentaria no puede ser evadida. Ello en función del artículo 367 del Código Civil que textualmente establece: **"Los parientes legítimos por consanguineidad deben alimentos en el orden siguiente, el padre, la madre y los hijos. En falta de padre y madre, o cuando a éstos no les fuese posible prestarlos, los abuelos y abuelas y demás ascendientes. Los hermanos entre sí. La prestación de alimentos es recíproca".** Asimismo el artículo 267 del mismo cuerpo legal establece: **"La obligación de alimentos comprende la satisfacción de las necesidades de los hijos en manutención, vestido, habitación, asistencia y gastos por enfermedades".** Hay pues, derechos, pero también hay obligaciones a cargo del padre de la menor, y ése es en definitiva el concepto de la "patria potestad", que si bien en principio corresponde al padre puede ser diferida a la madre, en caso de muerte del padre o pérdida de la misma por el progenitor.

Si no entra en razones, quizá por falta de un adecuado asesoramiento, deberá iniciarle un **juicio de alimentos** para usted y la criatura, con todos los medios probatorios a su alcance: partidas de matrimonio y nacimiento, testigos, oficios a la empresa en la que trabaja, los ingresos de su cónyuge, para lograr, previa audiencia de conciliación que fijará el juez, la fijación de una cuota alimentaria que cubra las necesidades de ambos. Cabe también una acción penal por el delito de "Abandono de Personas", de acuerdo con lo dispuesto por el artículo 106 del Código Penal, que sanciona la conducta de su cónyuge con penas privativas de libertad. Converse primero con su esposo amigablemente y si es necesario recurra a la instancia judicial para hacer valer sus derechos respecto de usted y su pequeño hijo. De plantearse el divorcio, traten de hacer un divorcio por **"mutuo acuerdo"** en los términos del artículo 67 Bis de la Ley 2393, pactando cómo se dividirán los bienes, si es que existen gananciales, vale decir aquellos que se han adquirido con posterioridad al matrimonio, fijando una **cuota alimentaria reajustable**, un régimen de visitas a favor de aquél que no detente la tenencia del niño, y estableciendo quién tendrá a su cargo la tenencia definitiva del menor. De no existir acuerdo, deberá solicitar el divorcio individualmente, por culpa de su cónyuge, y por las causas que usted alegue reclamando, **los alimentos** para usted y su niño y la tenencia definitiva del mismo. En este último sentido cabe tener presente lo dispuesto por el artículo 76 de la ley citada: **"Salvo causas graves, los hijos menores de cinco años quedarán a cargo de la madre".** Los mayores de esa edad quedarán a cargo del cónyuge inocente, a menos que esa solución fuere inconveniente para el menor; si ambos cónyuges fuesen culpables, el juez decidirá el régimen más conveniente al interés de los hijos, según las circunstancias del caso. Comience por hablar con su marido para aclarar conceptos y posiblemente lleguen a un acuerdo.



PROBLEMAS DEL CORAZON

Contesta Tita Merello

Señora Tita:

Soy un joven de 15 años y tengo un problema muy serio. Tuve una novia que he perdido y ahora que no salgo con ella sufro muchísimo. Ella tiene 12 años y se llama G. S. M. La quise mucho, la quiero y la querré, pero la gente dice que lo mío no puede ser amor, poniendo como excusa mi corta edad. A medida que pasan los días me doy cuenta de que la quiero cada vez más. Ella me saluda y me habla al pasar, pero pienso que no me tiene cariño. Lo que más me disgusta es ver cómo se pasea con otros compañeros haciéndose la "linda" delante mío. Yo le pregunto, Tita, ¿cómo puedo olvidarla o dejar de quererla? Desde ya muchas gracias.

Ariel

Arielito:

Viviendo vas a aprender a olvidar. Déjala que coquetee con otros. A los 12 años, ¿qué quieres que haga? Pronto vendrá una muchacha buena y honrada que sabrá hacerte feliz. ¡Suerte!

Querida Tita:

Tengo un problema bastante grave, soy muy tímido. No con todos, mi mayor inconveniente es con las mujeres. Cuando estoy con ellas no sé qué decirles. Por ejemplo, el sábado pasado fui a bailar y conocí a una chica muy bonita, pero como yo no le hablaba se aburrió y se fue. Tita, ayúdeme, no sé qué hacer, le pido un consejo. Gracias. Tengo 17 años.

Marcelo Javier Bustos

Javier:

La timidez se te va a ir cuando te enamores de verdad. Debes golpearte primero mucho para saber algo de mujeres. En la "colimba" vas a estar al tanto de muchas cosas que la vida nos depara. Lo mejor es esperar los golpes bajos, pero prevenidos. ¡Suerte muchacho!

Tita



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

Los chicos nacidos bajo los signos de Fuego: Aries, Leo y Sagitario, sufren mucho por el encierro. Si usted, señora mamá, vive en un departamento, más vale que los mande al jardín de infantes y más tarde a un club de deportes. En cambio los chicos de Tierra: Tauro, Virgo y Capricornio, aguantan mejor el ambiente cerrado, pero éste tiene que ser muy bien ventilado, ya que ellos siempre tienen lenta circulación.

Una persona de Piscis difícilmente posee noción del tiempo... Es muy posible que su marido pisciano llegue a casa a las 2 de la madrugada, simplemente porque "se le pasó el tiempo" hablando con amigos, al lado de múltiples pocillos de café.

Ningún ariano sabe mentir. Su rostro adquiere una expresión de culpa, su lengua tropieza y el rubor inunda sus mejillas... Para pescarlos en falta solo hay que conocerlos un poco, no hace falta ningún sondeo sicológico.

Si usted tiene una niña pisciana o canceriana, la casa no debe carecer de plantas y animales. Si no es posible tener un gatito o perrito, conviene adquirir varias plantas, inculcando a la niña la idea de que éstas la quieren y esperan de ella los cuidados necesarios. Con eso la harán feliz y a la vez desarrollarán en ella el sentido de responsabilidad.

No hay nada más difícil que contentar a un marido capricorniano. Perfeccionista, observador, introvertido, se limitará a "poner caras" o sea protestar con su expresión, si algo no le gusta. La mesa debe estar muy bien arreglada, mantel sin manchas ni arrugas, comida bien preparada y calma en el momento de comer.

Regalar algo para el esposo escorpiano: un buen whisky, de primerísima calidad; un perfume muy varonil, tipo tabaco; una foto de la esposa, en una posición muy "sexy", preferentemente en traje de baño. El, en secreto, la muestra a sus amigos, muy ufano: "¿Viste qué hermosa mujer tengo?"

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

El día 6: Luna en Géminis, esta vez bastante desconcertante, más bien sirve para dialogar amablemente. Favorece a los signos de Aire.

Los días 7-8-9: Luna en Cáncer, elevando la fertilidad en general, pero muy especialmente la de las cancerianas. Trae momentos felices en la familia para los signos de Agua y de Tierra; causa molestias y rencores para los signos de Fuego.

Los días 10-11: Luna en Leo. Muy buenos para reuniones importantes, ponerse de gala, representar, lucir habilidades artísticas, retomar conexiones importantes.

El día 12: Luna en Virgo. Trae concentración mental, sentido común, espíritu práctico; apaga las emociones. Favorece a los signos de Tierra.

HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos

(ENTRE EL 6 Y EL 12 DE NOVIEMBRE)



Amor: Mejora mucho su panorama con la ayuda de Venus. Los días que son mejores: 10-11, un hermoso fin de semana que le trae un encuentro feliz.

Finanzas: Mucho movimiento en torno de un cambio, mudanza o viaje, acarreando los gastos correspondientes. Los días 7-8-9 son negativos para sus compras caseras, cuidado. Conviene hacerlas en el día 6.

Salud: Usted come rápido, sin masticar o ingiere todo muy caliente; pesadez estomacal.



Amor: Ciertas nubes oscuras se amontonan en su cielo en los días 10-11: hay mucho orgullo de ambas partes, ninguno de los dos quiere reconocer sus faltas... ¡Más valdrá transigir, ser indulgente!

Finanzas: Muy buenas. Habrá posibles noticias de algo que usted espera mucho: inversión, préstamo, o un trabajo nuevo. Una persona mayor la ayudará en una compra importante.

Salud: tiene que ser buena. Sentirá ciertas molestias femeninas.



Amor: El mejor día es el 6 cuando usted sabe lo que quiere y... ¡lo que dice! Es posible que reciba una carta o noticia de alguien hace tiempo ausente.

Finanzas: También el día 6 es el mejor, pero en lo que respecta a virajes importantes le recomendamos mucha prudencia. Procure conservar su trabajo, sin escuchar promesas que pueden ser totalmente falsas.

Salud: Trastornos respiratorios, falta de oxígeno, digestión lenta, nervios.



Amor: Los días 7-8-9 son suyos; la Luna transita en Cáncer, poniéndola en el primer lugar. Clima agradable en el hogar, contacto espiritual con hijos o con padres, si usted es jovencita.

Finanzas: Gastos para la casa, aumentando su comodidad. Un trabajito extra o una labor muy bien lograda. Los días mencionados se prestan para ensayar recetas nuevas.

Salud: Mientras no exagere con los platos abundantes en grasa o azúcar, todo bien.



Amor: Dos días ideales: 10-11 con la Luna en Leo: ideales para una reconciliación, donde usted pone la nota de la generosidad, dispuesta a olvidarse de lo desagradable.

Finanzas: rápida solución de un asunto laboral o judicial. Planee sus viajes y sus gastos; no los haga en el día 6, muy negativo para todo asunto financiero. Recuperación de un aparato o instrumento de trabajo.

Salud: Molestias respiratorias; usted necesita más movimiento.



Amor: Conviene esperar el día 12, que es la entrada de la Luna en Virgo, para cualquier diálogo. Es posible que tenga usted algunos inconvenientes en cuanto a la comunicación con su pareja durante la semana.

Finanzas: También el día 12 es la clave para todo lo importante: compra, trámite, presentación, iniciativa. No debe utilizar el día 6 para compra alguna.

Salud: Tensión nerviosa que repercutirá en la función intestinal.



Amor: El día del entendimiento: el 6. Usted se encuentra segura y a la vez con la mente lúcida, con cierta alegría. También los días 10-11 se prestan para un hermoso encuentro. Los 7-8-9: Notas desagradables en la familia por culpa de una persona díscola.

Finanzas: Preocupaciones por algo que usted planeó comprar y... tal cosa haría tambalear su presupuesto.

Salud: Fatiga, digestión lenta, retención de líquidos; ¡restrinja la sal!



Amor: Los días 7-8-9 son como para aprovecharlos muy bien. Tanto en la pareja como en la familia brindan momentos agradables y comprensión. No así los 10-11 que amenazan con un distanciamiento por puro orgullo.

Finanzas: Adquisición útil para la casa; su mente práctica encuentra una ingeniosa solución para gastar menos y al mismo tiempo lucir algo nuevo.

Salud: Molestias urinarias; palpitación, tensión nerviosa. ¡Aligere su dieta!



Amor: ¡Cuidado en el día 6! Hay pelea en puerta... Los días 10-11 son los mejores, brindan un acercamiento o un comienzo amoroso que podría tener continuación muy seria y duradera.

Finanzas: Las "pequeñas" muy bien: compras rápidas, de poca monta, trabajos ex... le aportarán satisfacciones. Conserve lo que tiene, aunque le parezca "aburrido" o "poca cosa".

Salud: Tendencia a aumentar de peso, cuidado. ¡Coma menos!



Amor: Los 7-8-9: Tres días bastante delicados, usted puede cometer un gran error de juicio respecto de su pareja... Espere el 12, muy favorable, que le indicará el camino adecuado.

Finanzas: Muy buenas, el 12 trae una respuesta o una gran oportunidad de trabajo, inversión, cambio. Si usted es del primer decanato de su signo, la suerte está fuertemente de su lado.

Salud: Recuperación, pero lo que le falta son ejercicios para mejorar su circulación.



Amor: El día 6 es el más apto para conversar con su pareja, diciendo en broma lo que piensa usted en serio... Los 10-11 traen grandes peligros para que suceda una ruptura por cuestiones de amor propio solamente.

Finanzas: Pequeños inconvenientes en un proyecto suyo para viajar o para cambiar de trabajo. No son momentos adecuados; más vale esperar un poco más.

Salud: Tensión nerviosa, palpitaciones, trastornos circulatorios. Salga al aire libre.



Amor: Los días 7-8-9 son muy favorables para todo trato: familiar, de pareja, y cualquier trato social. El 12 es, en cambio, muy traicionero: usted se amarga por un comentario que le hacen a su pareja o a usted.

Finanzas: implican prudencia constante. En cualquier asunto importante debe usted acudir a una persona experta. Gastos por algún asunto judicial o trámite.

Salud: Necesita descanso más y comer muy liviano.

EXCLUSIVO

La Campaña de Venta al Costo

SEMANA DE OFERTAS EN LA CALLE PICHINCHA

Es motivo de creciente interés el plan de venta al costo que la Municipalidad de la Ciudad de Buenos Aires viene aplicando en las ferias internadas de la Capital Federal, contando para ello con la buena voluntad de los comerciantes permisionarios.

El caso es que, semana a semana, el público recibe la información de esta página, como un fiel barómetro de la marcha de los precios de los artículos de primera necesidad.

Es que tanto los beneficiarios directos —es decir, el vecindario que corresponde a la feria elegida por el municipio— como el resto de los consumidores, tienen delante de sí un "espejo" que refleja la realidad de los precios sin la "distorsión" que lamentablemente, casi siempre acompaña a un proceso inflacionario.

Desde mañana, 7 de noviembre, y hasta el 14, las ofertas al costo de los artículos citados en la lista que les ofrecemos se hallarán a la venta en la feria municipal internada Nº 75, que se halla ubicada en la calle Pichincha 943, de la Capital Federal.



PRODUCTO	PRECIO DE VENTA	PRECIO AL COSTO
ASADO DE TERNERA, el Kg.	$ 4.500	$ 3.900
HUESO CON CARNE, el Kg.	$ 2.400	$ 1.800
OSOBUCO, el Kg.	$ 2.300	$ 1.800
TAPA DE AGUJA DE TERNERA, el Kg.	$ 4.500	$ 4.000
BIFES DE TERNERA, el Kg.	$ 6.400	$ 5.800
MONDONGO, el Kg.	$ 2.300	$ 1.600
HIGADO, el Kg.	$ 3.000	$ 2.500
CENTRO DE ENTRAÑA, el Kg.	$ 3.800	$ 3.200
CHINCHULINES DE VACUNO, el Kg.	$ 1.900	$ 1.500
RIÑON DE VACUNO, el Kg.	$ 3.900	$ 3.400

PRODUCTO	PRECIO DE VENTA	PRECIO AL COSTO
CORDERO, el Kg.	$ 4.600	$ 4.000
CHORIZO BLANCO, el Kg.	$ 4.200	$ 3.600
MORCILLA CRIOLLA, el Kg.	$ 2.600	$ 2.200
HUEVOS MEDIANOS, la Docena	$ 2.000	$ 1.400
CALAMAR, el Kg.	$ 2.100	$ 1.500
ANCHOITAS, el Kg.	$ 1.900	$ 1.400
PESCADILLA, el Kg.	$ 2.000	$ 1.400
REPOLLO BLANCO, calidad buena, el Kg.	$ 400	$ 100
ACELGA, calidad buena, el Kg.	$ 500	$ 200
ZAPALLITO REDONDO, el Kg.	$ 500	$ 200
ALCAUCIL, calidad buena, el Kg.	$ 600	$ 300
BATATA COLORADA, calidad buena, el Kg.	$ 800	$ 400
CEBOLLA VALENCIANA, calidad buena, el Kg.	$ 600	$ 300
POMELO, calidad buena, el Kg.	$ 1.200	$ 600
LIMON, calidad buena, el Kg.	$ 1.350	$ 700
LECHE ENTERA, env. por 1 litro	$ 700	$ 500
MANTECA, paq. por 200 grs.	$ 1.900	$ 1.500
DULCE DE LECHE, env. por 500 grs.	$ 2.400	$ 1.950
SALCHICHAS DE VIENA, paq. por 6 unidades	$ 1.900	$ 1.100
HAMBURGUESAS, env. por 4 unidades	$ 2.300	$ 1.600
GALLETITAS SIN SAL, env. por 700 grs.	$ 2.000	$ 1.500
GALLETITAS DE SEMOLA, env. por 700 grs.	$ 2.000	$ 1.500
GALLETITAS DE AGUA, env. por 700 grs.	$ 2.000	$ 1.500
AZUCAR, env. por 1 Kg.	$ 1.900	$ 1.250
ARVEJAS AL NATURAL, lata por 220 grs.	$ 1.300	$ 850
HARINA "OOOO", 1ª marca, el Kg.	$ 1.100	$ 550
JABON DE LAVAR COMUN, panes por 400 grs.	$ 1.000	$ 450
JABON DE LAVAR BLANCO, panes por 300 grs., c/u.	$ 1.000	$ 500
LAVANDINA CONCENTRADA, 1ª marca, bot. 1 litro	$ 1.800	$ 1.100
PAPEL HIGIENICO, rollo por 74 mts. c/u.	$ 800	$ 350
ESCOBAS, cinco hilos, c/u.	$ 2.350	$ 1.850
PLANTINES SURTIDOS, c/u.	$ 1.800	$ 1.000
ZAPATOS PARA SEÑORA, el par	$ 20.000	$ 10.000
CARTUCHOS PARA LAPICERAS, por 10 unidades	$ 2.300	$ 1.500
CUADERNO TAPA DURA, c/u.	$ 5.200	$ 4.800

GUIA DE SUGERENCIAS PRACTICAS PARA EL HOGAR



Recuerde que en fiestas y)uniones con amigos, usted uede dar la nota diferente de noche. ¿Cómo? Con pe-ueños complementos en la renda de vestir, haciéndola amativa e inesperada.

Ese toque personal puede star dado por un broche ntiguo, éste puede ser el etalle más exquisito, compañando una prenda sa o de colores oscuros.

Un pequeño bouquet de flores naturales, que, valiéndose de la propia imaginación, podrá ser colocado en la cintura, en la solapa, en el puño del vestido o incluso mezclado entre los cabellos.

Otra buena idea son los collares. Todos mezclados y superpuestos, cortos, largos, cadenitas a modo de gargantilla o cintas de colores. Darán al vestido brillo propio y ¡a divertirse!



La Forma más Sana de Cocinar

¿Cuál es el secreto? Cocinar los alimentos en su propio jugo, sin agregados de grasas ni agua. Verduras, pescados, carnes, y todos los alimentos que utiliza diariamente, pueden cocerse o asarse sin más líquidos que el agua o grasas que ellos mismos contienen en su propio jugo.

Esto nos da la ventaja de que conserven su riqueza en vitaminas, proteínas y sales minerales, a la vez que comemos alimentos sanos, que no nos dañan la salud.

Los Senos, un Punto Débil

Con el transcurso de los años, los senos son una de las zonas del cuerpo que más se ven afectadas por trastornos orgánicos y físicos. Pasados los 30 años, difícilmente conserven la tersura y firmeza de la adolescencia, pero con una serie de cuidados y atenciones pueden mantenerse firmes muchos años.

Realice cada día duchas de agua fría sobre sus senos, por espacio de tres minutos para cada uno.

Aprovechando también la ducha, se pueden realizar masajes con la ayuda de guante de crin, siempre en sentido circular.

Utilizar siempre sujetador, que no apriete o que no sea excesivamente grande, pero no olvidarse jamás de él.

Finalmente aplique cremas fortalecedoras y tónicos en los senos para mantener tonificada y elástica la piel.

¿Cómo se Sabe la Naturaleza de los Cabellos?

Aparte de que los cabellos pueden ser suaves, gruesos, finos, ásperos, rizados o lacios, lo más importante es su propia naturaleza, es decir, grasos, secos o normales. Para saberlo se puede realizar el llamado test del papel cebolla.

Dicho test se realiza pasados los tres días después de haber lavado el cabello. El papel se frota por el cuero cabelludo y en distintos puntos de la cabeza. El resultado es fácil, si el papel está manchado es graso, cuando aparece sin mancha es seco. El cabello normal se diferencia del seco porque es dócil y resulta fácil de peinar. Por otra parte, el cabello graso a los tres días de haberlo lavado tiene un aspecto apelmazado, brillante y como sucio, cosa que no ocurre con el cabello seco.



C



A

Todo el Color a sus Pies

B

¡Lo sexy! . . . Soquetes laminados. Ideales para combinar con pantalones de raso o polleras anchas para la noche. Vienen en variados colores, brillantes, seductores, cancherísimos. (Foto de la derecha)

A

¡Divertidísimas!... Medias largas que terminan en los tobillos, adornadas con estrellitas brillantes. Son especiales para la noche y se usan remeras largas o vestidos con tajos. (Foto superior)



B

C

¡Simpatiquísimos!... Luminosos soquetes en algodón a rayas horizontales en variados colores. Son super —modernos y se adecuan especialmente para vestir con jeans o jardíneros. (Foto de la izquierda)

Dirección: Hendy - Rodríguez Peña 1212

PROVERBIOS Y CANTARES

Ayer soñé que veía
a Dios y que a Dios hablaba;
y soñé que Dios me oía...
Después soñé que soñaba.

Anoche soñé que oía
a Dios gritándome: ¡Alerta!
Luego era Dios quien dormía
y yo gritaba: ¡Despierta!

Antonio Machado

LA PRUEBA

Si un hombre atravesara el Paraíso en un sueño, y le dieran una flor como prueba de que habría estado ahí, y si al despertar encontrara una flor en su mano... ¿entonces, qué?

S. T. Colerigde

amor es...



... PONIENDO MIS COSAS EN ORDEN.

amor es...



... FUERA DE ESTE MUNDO.

amor es...



... SABER CUANDO TENGO QUE DEJARLO SOLO.

QUIEN FUE

Marcel Schwob. Su verdadero nombre era André Marcel Mayer, había nacido en Chaville, en 1867 y murió en la primavera de 1905 en un oscuro y mísero departamento de un suburbio parisiense.

Desapareció a los 38 años luego de haber escrito lo que se considera la prosa más bella dentro de la narrativa simbolista y decadente de fines del siglo pasado. Puede decirse que, para Schwob, lo bello es una paradoja de la tragedia humana.

DE LA PARQUEDAD

No seas precipitado en tus palabras y que tu corazón no se apresure a proferir una palabra delante de Dios, porque en los cielos está Dios, y tú estás en la Tierra. De la muchedumbre de las ocupaciones nacen los sueños y de la muchedumbre y de las palabras nacen los despropósitos.

Eclesiastés 5, 1-3